



Praha 25. 11. 2022

**Odbor všestrannosti – komise pobytu v přírodě
zve všechny zájemce na seminář cvičitelů a přátel pobytu v zimní přírodě**

Zimní seminář - Orlické hory na běžkách

Termín konání: 13. – 15. 1. 2023 Říčky v Orlických horách
Místo ubytování: Sokolská chata „Říčky“ (T. J. Sokol Ústí n. O.) Říčky v Orlických horách 123
(<https://www.sokoluo.cz/chata-ricky/>)
Pořadatel: komise PP OV ČOS ve spolupráci s ÚŠ ČOS – Vzdělávacím střediskem Olomouc
Vedoucí a garanti akce: Jan Nemrava / jnemrava@okol.eu a Zdeněk Lauschman
Prezence: pátek 18 – 20:00 hod / OP a průkaz ČOS sebou

Účastnický poplatek: člen ČOS **1800,- Kč, nečlen ČOS 2400,- Kč** na osobu zašlete po potvrzení přihlášky na účet OV č. **27-7699580257 / 0100 VS 1301301** zahrnuje 2x ubytování ve vícelůžkových pokojích, pitný režim v průběhu pobytu na chatě, (káva, čaj....) páteční polévka, sobotní společný gulášek, příspěvek, na zabezpečení akce. V případě potřeby je možné požádat o vystavení faktury prostřednictvím přihlašovacího Google formuláře. V tomto případě je nutné platbu provést až po obdržení faktury.

Přihláška na on-line formuláři zde: <https://forms.gle/Lu4BopwzXkxRsGeo7>

Akce je určena pro: příznivce zimních radovánek na sněhu, zkušené i začínající běžkaře, blízké okolí nabízí upravované trasy pro běh, turistiku na lyžích.

Předpokládaný program: (věříme v to, že sníh napadne)

Pátek večer: zabydlení se, večerní společné posezení s připomenutím si zásad bezpečnosti při pohybu v zimním terénu, sdílení zážitků z cest, večerní zpěv a čtení na dobrou noc.

Sobota: celodenní organizované výpravy na běžky – běžecké stopy v okolí – nabídnuty 2 trasy s organizovaným výjezdem. Večerní společná večeře, povídání o mazání servisu a údržbě běžek, sdílení zážitků z cest, večerní zpěv a čtení na dobrou noc.

Neděle: kratší organizované výpravy do okolí (běžky či vyzkoušení sněžic – budou-li podmínky). Cca 12:30 hodin krátké zhodnocení akce, ukončení.

Ubytování: vícelůžkové pokoje, parkování u chaty

Strava: společná páteční vydatná polévka s pečivem, sobotní večeřový gulášek. Pitný režim na chatě (káva, čaj...)

Vlastní – nutné přivést: snídaně sobotní i nedělní – ideálně vlastnoručně pečené bábovky, štrůdlíky atd....., vydatné svačiny na cesty, pochutiny k večernímu posezení.

Doporučené vybavení: odpovídající vybavení do zimní přírody, na celodenní výlet, běžky.

Doprava: vlastní

Uzávěrka přihlášek: 2. 1. 2023, či do obsazení kapacity, tedy doporučujeme co nejdříve.

Informace: Jan Nemrava, jnemrava@sokol.eu, tel. 724 842 719

Storno: V případě zrušení ze strany organizátora se účastnický poplatek vrací v plné výši, v případě dopředu neomluvené účasti se účastnický poplatek nevrací.

Seminář patří mezi doškolovací akce pro cvičitele v rozsahu 10 hodin.

Petr Svoboda, v. r.
náčelník ČOS

Jan Nemrava, v. r.
místonáčelník ČOS, garant akce